

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Zaman modern kini ditandai dengan dua hal yang menjadi ciri kemajuan dunia yaitu 1) banyaknya individu yang menggunakan teknologi dalam berbagai aspek kehidupan manusia di era global ini, dan 2) berkembangnya ilmu pengetahuan sebagai salah satu wujud dari kemajuan intelektual manusia. Manusia modern idealnya adalah manusia yang pintar berfikir logis dan mampu menggunakan berbagai macam teknologi yang ada untuk meningkatkan kualitas kehidupan manusia di dunia ini sebagai makhluk ciptaan Tuhan.¹

Dengan kecerdasan dan bantuan teknologi, manusia modern seharusnya lebih pintar dan bijak dalam memanfaatkan segala fasilitas yang ada, namun pada kenyataannya masih banyak manusia yang terlihat kualitas kemanusiaannya lebih rendah dibanding kemajuan berfikir serta teknologi yang yang dicapainya.

Akibat dari zaman yang semakin maju dan banyak pengaruh terhadap kehidupan manusia sehingga terjadi ketidakseimbangan yang menimbulkan gangguan pada kejiwaan. Lebih parah lagi penggunaan alat transportasi serta alat komunikasi modern yang menyebabkan manusia hidup dalam pengaruh global dan

¹¹ Ahmad Mubarak, *Psikologi Qur'ani* (Pustaka Firdaus, Jakarta, 2001). Hlm 16

terus menerus dikendalikan oleh arus informasi global yang semakin merajalela dikalangan manusia zaman sekarang. Padahal sebenarnya secara individu dari segi mental mereka belum siap begitupun secara etnis tidaklah sama. Akibat dari ketidakseimbangan yang terjadi dapat dijumpai dan dapat dilihat realita kehidupan sekarang, terbukti banyak manusia yang hidup dilingkup peradaban modern dengan banyaknya pengguna berbagai macam teknologi. Bahkan teknologi dijadikan sebagai fasilitas yang wajib dalam kehidupannya.

Namun demikian, setiap manusia dalam menempuh kehidupannya terjadi distorsi-distorsi nilai kemanusiaan, terjadinya dehumanisasi yang disebabkan oleh kapasitas intelektual, mental kejiwaan yang belum siap menerjang derasny samudera peradaban modern yang semakin lama semakin maju.

Akibat yang logis dari realitas pola hidup tersebut, banyak manusia di era modern ini mengalami *split personality*, yang mana permasalahan ini membawa dampak terhadap manusia untuk memperoleh jiwa yang tenang dan kebahagiaan dalam hidupnya. Beberapa psikolog seperti Carl Gustav Jung dan Rollo may, mereka menyatakan bahwa kehidupan di era modern ini secara signifikan telah menghancurkan tatanan kejiwaan pada manusia. Karena manusia yang hidup di era modern telah banyak dipengaruhi oleh kecemasan-kecemasan dan ketegangan jiwa. Bahwa majunya setiap masyarakat maka semakin banyak pula yang harus ia hadapi karena banyaknya bagian dari mereka yang mengetahui setiap permasalahan individu masing-masing.

Semakin sulit untuk mencapai ketenangan dan kebahagiaan hidup, sebab kebutuhan individu manusia semakin meningkat, maka secara otomatis semakin banyak pula persaingan serta berebut keuntungan.² Menurut Ahmad Mubarak, ia mengatakan dalam bukunya bahwa keseluruhan manusia modern tidak lagi sanggup dan mampu menangkap serta memahami kebenaran-kebenaran berkaitan dengan agama yang universal, maka dari itu sudah jelas akan

²Zakiah Darajat, *Islam Dan Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung: 1983), 12

pudarnya visi intelektual pada dirinya.³ Sebagian besar berkaitan dengan tak berartinya keberadaan sebagian manusia, yang mana keadaan ini sebagai sebuah kepasrahan menerima bahwa dirinya tidak lain hanyalah makhluk yang sering melakukan kekeliruan, dan selalu memandang benda-benda yang lazim disebut *keadaan genting manusia modern yang eksistensial* yaitu tipe manusia yang kurang mampu mempertajam nalar kritisnya terhadap dirinya sendiri. Begitupun mereka tak lagi kritis memandang kebenaran-kebenaran yang obyektif dalam ajaran agama.

Demi tercapainya mendapatkan ketenangan serta kebahagiaan hidup manusia di era modern ini memerlukan solusi, maka solusi tepat untuk permasalahan tersebut adalah terapi psikologis, karena permasalahan dari segi ketenangan dan kebahagiaan yang lebih merupakan bagian dari proses terapi psikologis. Hal tersebut mendasar pada asumsi bahwa pemenuhan kebutuhan manusia yang sifatnya materialistik hal tersebut belum tentu menjamin seseorang untuk memperoleh ketenangan serta kebahagiaan. Dari sini sudah jelas bahwa terapi yang dilakukan pada kejiwaan sangat penting dibandingkan dengan terpenuhinya kebutuhan materialistik guna terselesaikannya problem manusia, karena tidak dapat dipungkiri bahwa kesucian jiwa merupakan solusi menjernihkan diri secara lahir maupun batin.⁴

Akibat dari berbagai permasalahan dan sikap hipokrit yang terus menerus, manusia modern mengalami masalah gangguan pada kejiwaannya antara lain, 1) kecemasan, 2) kesepian, 3) bosan, 4) sering melakukan penyimpangan.⁵ Sebagaimana firman Allah:

فَلَنَّا أَهْبَطُوهَا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبَعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ٣٨

³ Ahmad Mubarak, *Psikologi Qur'ani* (Pustaka Firdaus: Jakarta: 2001), 20

⁴ Hamka, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Gunung Agung: 1982), 11

⁵ Ahmad Mubarak, *Psikologi Qur'ani* (Pustaka Firdaus: Jakarta: 2001), 20.

Kami berfirman: "Turunlah kamu semuanya dari surga itu! Kemudian jika datang petunjuk-Ku kepadamu, maka barang siapa yang mengikuti petunjuk-Ku, niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati" (Q.S. Al-Baqarah:38)

Penyakit yang terjadi pada diri manusia menurut ayat di atas yang paling dominan adalah takut dan sedih. Kedua penyakit inilah yang sering disebut sebagai penyakit kejiwaan yang lainnya timbul seperti halnya telah dipaparkan diatas.

Sesuai dengan penjelasan mengenai gangguan jiwa di atas bahwa pada kenyataannya secara alamiah manusia membutuhkan ketenangan serta kehidupan yang sehat baik jasmani maupun rohani. Kesehatan yang bukan hanya berkaitan dengan badan, melainkan kesehatan jiwa. Semakin maju peradaban manusia maka berakibat pada semakin kompleknya gaya hidup bersamaan dengan pesatnya modernisasi kehidupan⁶, sehingga manusia harus menghadapi bermacam-macam persaingan, pertarungan yang amat tajam, suatu keadaan yang menimbulkan kegelisahan serta kegalauan pada diri manusia.

Kesehatan jiwa tentunya memiliki kedudukan yang teramat penting bagi kelangsungan hidup umat manusia. Oleh karena beberapa aliran psikologi Barat, masing-masing dari mereka telah memberikan konsep tentang kesehatan jiwa.⁷

Menurut hemat penulis, bahwa jika dilihat dari berbagai konsep mengenai kesehatan jiwa yang dijelaskan oleh aliran psikologi Barat dalam berbagai teori ataupun prakteknya, terlihat bahwa pada dasarnya ilmuwan psikologi Barat secara tidak langsung tidak sepenuhnya integral. Mereka berpandangan bahwa kesehatan jiwa hanya dengan mengedepankan nilai-nilai rasionalitas dan empiris yang sifatnya biologis, sosial dan psikologis tanpa adanya rujukan yang mengedepkan nilai-nilai spiritual. Sedangkan menurut Ali Syariati, ia menyatakan bahwa

⁷ Hasan Langgulung, *Teori-teori Kesehatan Mental* (Pustaka Al-Husna: Jakarta: 1992), 10

manusia adalah sebagai makhluk dua dimensional yang tentunya membutuhkan penyelarasan antara dimensi kebutuhan di dunia dan dimensi kebutuhan akhirat.⁸

Demi terciptanya manusia paripurna tentunya ia harus memiliki kesehatan jiwa yang utuh. Maka dari itu diperlukan langkah-langkah otentik yang harus dihadapi dalam membina kesehatan mental dan jiwa manusia dengan menyeimbangkan kebutuhan fisik, psikis serta kesehatan spiritual manusia, sehingga manusia merasakan kebahagiaan dan ketenangan tanpa adanya gangguan kesehatan jiwanya.

Berbicara tentang agama Islam yang memiliki semboyan *the way of life* yang mana ia menjamin kebahagiaan hidup bagi pemeluknya baik di dunia maupun di akhirat bagi yang mengimaninya. Ia memiliki sendi yang esensial, yakni berfungsi sebagai petunjuk ke jalan yang benar lagi baik. Firman Allah, *sesungguhnya Al-Qur'an ini memberikan petunjuk menuju jalan yang sebaik-baiknya (Q.S Al Israa: 9)*. Selain itu Al-Qur'an memberikan petunjuk dalam persoalan-persoalan akidah, syari'ah, dan akhlak termasuk di dalamnya mengenai permasalahan kesehatan jiwa.

Islam mengenal sebuah istilah yang tidak dimiliki oleh teori psikologi yang lain, yang disebut fitrah. Proses terciptanya manusia yang mana ia diciptakan dari unsur yang suci dari Allah. Sejak awal kejadiannya, manusia yang hidup melakukan perjanjian primordial dengan Allah ketika menyatakan pengakuan kebertuhanannya diekspresikan ke dalam bentuk patuh dan taat kepada yang menciptakan.⁹ Pada hakikatnya setiap manusia dilahirkan dalam keadaan membawa fitrah, maksudnya adalah agama yang lurus dan meluruskan, potensi untuk mengenal dan mentauhidkan Allah, jauh dari penyimpangan.¹⁰

⁸ Ari Ginanjar, Agustian, *Emotional Spiritual Quotient (ESQ)*, (Arga Tilanta: Jakarta: 2004), 20

⁹ M. Darwis Hude, Emosi: *penjelajahan Religio-Psikologis*, 86-87

¹⁰ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi Kenabian*, (Bandung: Pustaka Hidayah: 2005), 295-296

Di antara jaran-ajaran penting yang dibawa oleh Al-Qur'an mengenai kesehatan jiwa termaktub dalam Q.S An-Nahl: 97

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنْثِيَ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

٩٧

“Barangsiapa yang mengerjakan

amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan”

Ayat lainnya:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ٢٨

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.

kedua ayat di atas merupakan petunjuk Alquran ia mengajarkan kepada manusia tentang kesehatan jiwa.

Di antara ahli ilmu jiwa modern dan psikiater yang memiliki perhatian pada sisi spiritual manusia ialah William James, Carl, G Yung A. A, Brill, dan Henry Link. Dalam hal ini mereka memahami bahwa peranan agama dan keimanan kepada Tuhan memiliki pengaruh yang sangat penting dalam kesehatan jiwa manusia. Mereka bahkan menunjukkan aspek keimanan memiliki peranan penting dalam menebarkan rasa aman damai dalam jiwa manusia serta menghilangkan kegelisahan dan kelainan jiwa, sehingga jiwa menjadi tenang.

Allah SWT befirman:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ٢٧ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ٢٨ فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ٢٩ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ٣٠

“Hai jiwa yang tenang, Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jama’ah hamba-hamba-Ku masuklah ke dalam surga-Ku”

Ayat di atas menjelaskan bahwa jika jiwa itu sehat tentu akan merasakan ketenangan dan kedamaian, yang mana ia akan selalu terhindar dari segala penyakit jasmani dan rohani yang akan menyimpannya.

Firman Allah (Al-Qur’an) telah banyak membuktikan bahwa Islam tidak hanya sekedar perangkat atau konsep ideal, lebih dari itu sebagai suatu amalan praktikal yang akan tetap ada sepanjang zaman. Islam tidak hanya agama langit, tetapi ia merupakan agama yang sekaligus membumikan serta mampu mendatangkan rahmat bagi umat manusia, termasuk di dalamnya terdapat obat bagi permasalahan jiwa dan ketenangan bagi segenap umat manusia.

Dengan demikian menjadi perlu untuk di kaji ayat-ayat Alquran secara tematis yang berbicara beberapa aspek yang berkenaan dengan kesehatan jiwa.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian di atas dirumuskan beberapa masalah sekitar tafsir yang di fokuskan pada ayat-ayat yang membahas tentang kesehatan jiwa dalam Alquran. Penelitian ini akan menelusuri konsep kesehatan jiwa yang dijelaskan dalam Alquran dengan diturunkan melalui beberapa pertanyaan.

1. Bagaimana pandangan Alquran tentang kesehatan jiwa secara konseptual
2. Faktor apa saja yang mempengaruhi kesehatan jiwa dalam Alquran?

C. Tujuan Penelitian

Dilihat dari rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kesehatan jiwa dalam Al-Qur’an

2. Untuk mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi kesehatan jiwa dalam Al-Qur'an.

D. Kegunaan Penelitian

Secara akademik,

Penelitian ini ditulis dan diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam mencapai gelar sarjana (S1) UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Penulis sangat berharap besar, penelitian ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan keilmuan di jurusan Ilmu Alquran dan Tafsir lebih jauhnya lagi di masyarakat luar.

Secara non akademik

Hasil dari penelitian ini dapat bermakna dan menelusuri bagaimana kesehatan jiwa yang sebenarnya menurut pandangan Alquran dikaitkan dengan realita yang ada di masyarakat, dan untuk menambah khazanah literatur kajian islami, terutama dalam bidang psikologi Islami.

E. Tinjauan Pustaka

Telah banyak ditulis kajian-kajian yang berkaitan dengan tema-tema pokok kewahyuan Alquran, terutama di bidang kesehatan, baik berupa skripsi, jurnal maupun karya-karya ilmiah lainnya yang berkaitan dengan kesehatan jiwa. Pertama, Hasan Langgulung menulis *teori-teori kesehatan Mental*.¹¹ Dalam buku ini terdiri atas dua bagian, bagian pertama menjelaskan tentang suatu pendekatan tradisional dalam kesehatan mental, sedangkan pada bagian kedua menjelaskan tentang pendekatan baru

¹¹ Hasan Langgulung, *Teori-teori Kesehatan Mental* (Pustaka Al-Husna: Jakarta: 1992)

atau modern dalam kesehatan mental, sementara bagian akhir menjelaskan mengenai psikologi Islam dan kesehatan mental.

Kedua, skripsi yang ditulis oleh 'Arifatul Hikmah pada tahun 2010 dengan judul *Konsep jiwa yang tenang Dalam Al-Qur'an (studi tafsir tematik)*, dalam skripsinya ia mengatakan *muthmainnah*, yaitu ketenangan jiwa yang disertai dengan keimanan. Muthmainnah diartikan sebagai jiwa yang ikhlas sehat jasmani dan rohani.¹² Penelitian ini berbeda dengan yang penulis teliti, yaitu mengenai konsep kesehatan jiwa menurut Alquran lebih menjelaskan kepada hal kesehatan serta pengaruh-pengaruhnya.

Ketiga, buku karya Ahmad Mubarak berjudul *Psikologi Qur'ani*, fokus kajian ini pada psikologi manusia sebagai makhluk yang menjadi subyek sekaligus objek. Manusia yang selalu tertarik mengkaji dirinya sendiri, pendekatan Qur'ani ini mengungkap rahasia sunnatullah yang bekerja pada manusia atau ayat-ayat nafsiyah dalam artian mengungkap segala unsur proses dan fungsi serta hukum-hukum kejiwaan manusia.¹³

Keempat, tesis yang ditulis oleh saudara Nur Hamin, dalam penulisannya ia menggambarkan refleksi dari gangguan kejiwaan yang berimplikasi pada kesehatan mental.¹⁴ Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu konsep kesehatan jiwa dalam Alquran serta pengaruh-pengaruhnya. Nasir Budiman juga mengatakan dalam tesisnya yang berjudul *kesehatan mental Islami dan aktualisasinya dalam keluarga*, ia menyatakan bahwa keluarga merupakan sebuah cangkokan yang muda yang nanti akan tumbuh secara bercabang-cabang.¹⁵

¹² 'Arifatul Hikmah, *Konsep Jiwa yang Tenang*, Skripsi, Pps UIN Yogyakarta

¹³ Ahmad Mubarak, *Psikologi Qur'ani* (Pustaka Firdaus: Jakarta: 2001),

¹⁴ Nur Hamin, *Kesehatan Mental Islami, telaah atas pemikiran Hamka*, Tesis (Yogyakarta: PPs UIN: 1996).

¹⁵ Nasir Budiman, *Kesehatan Mental dan Aktualisasinya dalam Keluarga*, Tesis (Yogyakarta: PPs UIN: 1990).

Kelima, tesis yang ditulis oleh Aji Nugraha yang berjudul *konsep jiwa dalam Al-Qur'an* ia menyatakan bahwa kesehatan merupakan inti dari kehidupan dan memiliki tujuan agar manusia dapat hidup dengan tenang dan bahagia dalam keluarganya karena memiliki jiwa yang sehat.¹⁶ Penelitian ini sedikit mendekati kepada penelitian yang penulis lakukan, hanya saja sedikit berbeda redaksi dengan yang penulis teliti, jika penelitian ini membahas tentang konsep jiwa dalam Alquran maka yang penulis teliti adalah konsep kesehatan jiwa dalam Alquran.

Berdasarkan telaah pustaka diatas dapat disimpulkan bahwa karya-karya yang telah disebutkan diatas banyak menyodorkan ide-ide mengenai psikologi islami dengan persepektif islam serta Alquran untuk menciptakan jesehatan jiwa dan implikasinya terhadap kehidupan bermasyarakat.

F. Kerangka Pemikiran

Islam menekankan bahwa manusia hidup di dunia bukan tanpa memiliki makna. Di samping itu, ia diciptakan dengan penciptaan yang sebaik-baiknya dan tugasnya ialah mengabdikan kepada-Nya, ketika pengabdian itu ia memiliki kewajiban-kewajiban yang harus dilaksanakan, baik bagi dirinya maupun bagi keluarganya. Kehidupan manusia dipengaruhi oleh banyak sekali faktor, yang menjadi kewajiban dirinya adalah mengendalikan dan mengarahkan faktor-faktor tersebut sehingga makna yang diharapkan dari hidupnya bisa tercapai, dan faktor yang paling utama itu adalah kesehatan.

Sehat dalam pandangan agama, yaitu bukan hanya terbebas dari berbagai penyakit dalam diri melainkan juga sehat rohani. Islam memperkenalkan istilah 'afiat yang mana pada hakikatnya ia menggambarkan berfungsinya seluruh potensi jasmani serta rohani

¹⁶ Aji Nugroho, *Konsep jiwa dalam Al-Qur'an*, Tesis (Yogyakarta: UIN: 2011)

manusia sehingga ia mampu mencapai tujuan kehadirannya di muka bumi ini. Karena manusia yang sehat adalah manusia yang sejahtera, seimbang jasmani serta rohaninya secara berkelanjutan dan memiliki daya guna.¹⁷

Dalam Islam melalui firman-firman Allah yaitu Alquran berpandangan bahwa kesehatan jiwa dengan mengacu pada wahyu yang nuansanya spiritual dan mengarah pada aspek biologis, sosial serta psikologis.

Kesehatan jiwa yaitu terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kesehatan kejiwaan dan tercapainya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan pada keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia dunia akhirat. Dengan rumusan lain, kesehatan jiwa ialah mencakup semua bidang hubungan dengan Tuhan.¹⁸

Terkait pernyataan di atas, maka kesehatan jiwa perspektif Islam sangat erat hubungannya dengan permasalahan kesejahteraan dan kebahagiaan hidup manusia di dunia serta akhirat, dan mencakup hubungan dengan dirinya sendiri orang lain serta padalingkungan yang dihuninya yang mana semua itu atas dasar hubungan vertical dengan Tuhan dan horizontal dengan manusia. Sesuai yang dikemukakan oleh Jumhana Bastaman bahwa dalam Islam pengembangan kesehatan jiwa itu terintegrasi dari pengembangan jiwa pada umumnya, dalam artian kondisi kesehatan kejiwaan yang sehat merupakan hasil dari riset pengembangan dan kondisi pribadi yang dinilai matang baik dari segi keimanan maupun ketakwaan kepada Tuhan yang Maha Esa.¹⁹

Indikator kesehatan mental yaitu ditandai dengan sifat-sifat yang khas adalah ia memiliki kemampuan untuk bertindak secara efisien, memiliki tujuan hidup yang jelas,

¹⁷ Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an*, (Bandung: Mizan, 1999), hlm 293

¹⁸ Yahya Jaya, *spiritualisasi Islam dalam Mengembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, (Ruhama: Jakarta: 1994), 77

¹⁹ Jumhana Bastaman, *integrasi Psikologi Dengan Islam*, (Putaka Pelajar: Yogyakarta, 1997), 150

punya konsep diri yang sehat, adanya koordinasi antara usaha-usaha. Memiliki usaha-usaha regulasi diri dan integrasi kepribadian dan batinnya selalu merasa tenang.

Adapun pengaruh yang nyata dalam hal kesehatan jiwa yaitu dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, adapun faktor internalnya adalah faktor biologis, dan faktor psikologis sedangkan faktor eksternalnya adalah sosial budaya yang ditempuhnya.

Kesehatan menurut WHO (*World Health Organization*), yang menyempurnakan makna sehat itu ialah mereka yang sehat tidak hanya fisik, psikologis namun spiritual juga harus sehat.²⁰ Melalui kesehatan yang dimilikinya manusia dapat mengetahui kualitas hidupnya secara optimal. Sebagaimana Firman Allah:

وَأَتَّبِعْ فِيمَا ءَاتَاكَ اللَّهُ الْدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ
الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ٧٧

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan”

Berkaitan dengan kepentingan penelitian yang dibutuhkan pada kajian ini, maka diperlukan pemahaman mengenai tafsir itu sendiri. Dengan begitu penelitian yang akan dicapai lebih komprehensif dan sesuai dengan disiplin ilmu yang dipelajari oleh peneliti.

Dan yang penulis butuhkan adalah penafsiran beberapa ayat yang menjelaskan berkaitan dengan ayat yang dikaji mengenai konsep kesehatan jiwa dalam Al-Qur'an.

Adapun ayat-ayat yang penulis dapatkan dari pencarian menggunakan aplikasi (Qsoft, 705), ayat tentang muthmainnah (ketenangan) sebanyak 4 ayat, di antaranya

²⁰ Dadang Hawari, *Ilmu kesehatan jiwa dan kesehatan jiwa*, (Dana Bakti Primayana: Yogyakarta, 1999), 13

pada: qs. Ar-Ra'd: 28, Al- Fath: 4, al A'raf: 35, kemudian ayat tentang kebahagiaan penulis menemukan tiga ayat yakni Al-Qashas: 77, An-Nahl: 97, Ali-'Imran:104.

Dalam ranah ilmu tafsir dikenal dengan beberapa tema yang berkaitan dengan penafsiran Alquran. Dalam tafsir tentunya muncul beberapa term yaitu ada sumber tafsir, corak tafsir, serta metodologi tafsir. Lebih jelasnya sumber tafsir yang dimaksud adalah sandaran penafsiran terhadap ayat-ayat Alquran, yang mana maksud tersebut adalah apakah bersumber dari riwayat atau ijtihad. Sumber penafsiran dalam Alquran terbagi atas dua bagian, *pertama*, tafsir bil ma'tsur yaitu bentuk penafsiran Alquran yang bersandar pada riwayat-riwayat hadits Nabi atau shahabat dan tabi'in serta tabi tabi'in. *kedua*, tafsir bil ra'yi yaitu bentuk penafsiran berdasarkan pada pemikiran tokoh mufassir kemudian dicari argumen berupa ayat Alquran, hadis Nabi dan sebagainya, untuk mendukung dan melengkapi dalam penafsiran.²¹

Selain itu ada yang dinamakan dengan corak tafsir, yaitu orientasi atau kecenderungan si penafsir tergantung pada keahlian bagaimana ia menafsirkan Alquran, warna budaya, serta aqidah atau kepercayaan si penafsir. Corak tafsir telah melahirkan berbagai kedekatan dalam tafsir. Dalam keilmuan tafsir dikenal adanya tafsir dengan kecenderungan bahasa, ilmi, kalam, filsafat, fiqh tasawuf dan sosial budaya yang dimiliki.

Berkaitan dengan tafsir bil ma'tsur di atas. Dari tafsir bil matsur kemudian lahir beberapa metode di antaranya: metode tahlili, metode ijmal, muqarran, dan maudhu'i. penafsiran dengan metode tahlili mengkaji ayat-ayat Alquran dari segi maknanya.²² Mufassirnya menjelaskan makna-makna dan kandungan ayat-ayat Alquran dari berbagai

²¹ Nasrudin Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*, (Pustaka Pelajar: Yogyakarta: 2003), 33

²² Ali Hasan Al-Aridh, *Sejarah dan Metodologi Tafsir*, (Rajawali Press: Jakarta, 1993), 42

segi kemudian memperhatikan ayat-ayatnya secara runtut sebagaimana yang tercantum dalam mushaf. Di antara segala segi itu adalah dilihat dari segi kosa katanya, asbab nuzulnya serta munasabah berkaitan dengan teks atau kandungan ayat.

Selanjutnya adalah metode tafsir *ijmali* yakni menafsirkan Alquran secara singkat dan menyeluruh tanpa uraian spesifik. Mufasssinya hanya menjelaskan arti dan maksud yang terkandung dalam ayat tersebut secara singkat. Selanjutnya metode tafsir *muqarran*, yakni membandingkan ayat-ayat Alquran yang memiliki kesamaan tau kemiripan yang menjelaskan tentang masalah atau kasus yang berbeda dan memiliki redaksi yang berbeda bagi masalah atau kasus yang sama.

Metode selanjutnya adalah *maudhu'i*, metode ini digunakan oleh mufasssir untuk menghimpun ayat-ayat Alquran dari berbagai surat yang berkaitan dengan persoalan atau topik yang ada, kemudian penafsir membahas dan menganalisa kandungan ayat sehingga menjadi kesatuan ayat yang utuh.²³

Dapat dilihat dan disimpulkan dari keempat metode diatas, yang digunakan oleh peneliti adalah metode *maudhu'i* yaitu dengan menghimpun ayat-ayat Alquran yang berhubungan dengan tema yang diambil dengan penjelasan yang utuh. Kemudian peneliti melengkapi bahasan dengan menguraikan beberapa hadits dan pendapat para ulama tafsir, sehingga pembahasan yang dibuat menjadi lebih jelas dan dapat dipahami.

G. Langkah-langkah Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penafsiran *maudhu'i (tematik)*, yaitu metode tafsir dengan cara menghimpun ayat-ayat yang

²³ Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an*, (Bandung: Mizan, 1999), 87

memiliki makna dan penyusunan dibawah satu judul bahasan, kemudian menafsirkannya secara maudhu'i atau secara tematik.

2. Jenis Data

Data yang dikumpulkan oleh peneliti ialah kualitatif. Penelitian kualitatif adalah sebuah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti sebuah objek atau tema. Teknik pengumpulan datanya dilakukan secara gabungan analisis data yang bersifat deskriptif.

3. Sumber Data

Sumber data yang dibutuhkan peneliti adalah dengan menggunakan buku-buku yang berkaitan dengan judul yang diambil, kitab-kitab, karya-karya ilmiah seperti jurnal, tesis, desertasi dan sumber lainnya sebagai penunjang penelitian.

4. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah *library research* (studi kepustakaan), objek kajiannya berupa buku-buku yang berkaitan dengan kesehatan jiwa dalam Alquran.

5. Analisis Data

Analisis data merupakan metode pemeriksaan secara konseptual atas makna-makna yang terkandung oleh istilah yang digunakan.

Adapun langkah-langkah analisis yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Memilih atau menerapkan masalah Alquran yang akan dikaji secara maudhu'i (tematik)
- b. Menghimpun beberapa ayat yang berkaitan dengan masalah yang telah diterapkan

- c. Menyusun tema bahasa didalam kerangka yang sesuai, sistematis dan utuh
- d. Melengkapi bahasan dengan hadits bila dipandang perlu sehingga pembahasan menjadi semakin rinci dan jelas.
- e. Mempelajari dan memahami ayat-ayat tersebut secara keseluruhan dengan jalan menghimpun ayat-ayat yang memiliki definisi yang sama.

H. Sistematika Penulisan

Supaya pembahasan lebih runtut dan utuh serta mudah dipahami, maka penulisan skripsi ini akan menggunakan sistematika sebagai berikut:

Bab I, berisi pendahuluan yang terdiri atas latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka berfikir, langkah-langkah penelitian, terakhir sistematika penulisan.

Bab II, pembahasan mengenai tinjauan teoritis tentang tema atau judul yang diangkat yaitu tentang konsep kesehatan jiwa dalam Alquran. Pada bab dua ini akan menjelaskan definisi-definisi tentang konsep kesehatan jiwa dalam Alquran menurut para tokoh maupun ulama, faktor-faktor pembentukan kesehatan jiwa, serta karakteristik kesehatan jiwa, hal-hal yang mempengaruhi kesehatan jiwa.

Bab III, Pada bab ini akan membahas analisis tentang konsep kesehatan jiwa dalam Alquran yaitu bagaimana petunjuk Alquran tentang kesehatan jiwa, gangguan-gangguan kesehatan jiwa menurut Alquran, bagaimana solusi Alquran tentang kesehatan jiwa, serta hikmah memiliki jiwa yang sehat menurut Alquran.

Bab IV, pada bab ini berisi , yaitu menyimpulkan dari semua bab menjadi beberapa paragraf.



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG